



**Universidad**  
Zaragoza

TRABAJO FIN DE GRADO

# DESARROLLO DE LAS ACCIONES MOTRICES EN EL MEDIO NATURAL EN LOS DISTINTOS CENTROS DE HUESCA

DEVELOPMENT OF MOTOR ACTIONS IN THE  
NATURAL ENVIRONMENT IN THE DIFFERENT  
CENTERS OF HUESCA

AUTOR:

Sergio Márquez Ferrer

TUTOR:

Marta Rapún López

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y EL DEPORTE

CURSO 19/20

## RESUMEN

En el área de Educación Física de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Aragón, están incluidos 6 bloques de contenidos, dentro de los cuales se encuentra el bloque 4, que recoge las Acciones motrices en el medio natural.

El presente trabajo pretende realizar un análisis sobre cómo se desarrolla este bloque en los distintos centros de Huesca. Se va a enviar un cuestionario a los profesores de Educación Física para analizar en qué medida se expone dicho bloque de contenidos y cuáles son las actividades que se realizan a lo largo del curso.

Los resultados muestran que un 88% incluye este bloque de contenidos en su programación, pese a la cantidad de limitaciones que encuentran. Destacando así la gran importancia de los beneficios que aportan a quienes practican Acciones motrices en el medio natural.

**Palabras clave:** Educación Física, Educación Secundaria, Acciones motrices en el medio natural, limitaciones, beneficios.

## ABSTRACT

In the area of Physical Education in Obligarory Secondary Education from the Autonomic Community of Aragon, there are 6 groups of content, within which block 4 is included, that collate Motor actions in the natural environment.

This study pretends to undertake an analysis about how this block is developed in different centres from Huesca. A questionnaire is going to be send to Physical

Education teachers to analyse in what level this block is exposed, and which are the activities that are carried out throughout the academic year.

The results show that 88% include this block of content in their programming, despite the amount of limitations they find. Thus highlighting the great value of the benefits they provide to those who practice Motor actions in the natural environment.

**Key words:** Physical Education, Secondary Education, Motor actions in the natural environment, limitations, benefits.

## ÍNDICE

1.- ABREVIATURAS .....	4
2.- INTRODUCCIÓN .....	5
3.- OBJETIVOS.....	6
4.- MARCO TEÓRICO .....	7
5.- METODOLOGÍA .....	22
6.- RESULTADOS .....	26
7.- DISCUSIÓN .....	34
8.- CONCLUSIONES.....	36
9.- LIMITACIONES DEL ESTUDIO.....	37
10.- VALORACIÓN PERSONAL .....	38
11.- BIBLIOGRAFÍA .....	40

## 1.- ABREVIATURAS

**AF:** Actividad física

**AFMN:** Actividad física en el medio natural

**ESO:** Educación secundaria obligatoria

**EF:** Educación Física

**CCAFD:** Ciencias de la Actividad Física y el Deporte

**BOA:** Boletín Oficial de Aragón

## 2.- INTRODUCCIÓN

Las Actividades Físicas en el Medio Natural son un conjunto de Actividades Físicas que se recogen en el bloque 4 de Educación Física en la programación de la ESO. Su característica principal es que se realizan en el medio natural, lo que le otorga cierto grado de incertidumbre.

Las AFMN proporcionan muchos beneficios a sus practicantes a nivel físico, psicológico, social y formativo. Esto hace que llevar a cabo sesiones de este bloque en las clases de EF sea una idea muy interesante.

El problema, es que los profesores encuentran varias limitaciones para poder desarrollarlas; ya sean por motivos propios del centro, de los alumnos o propios del docente.

Por este motivo, en el presente trabajo se pretende analizar cuál es el tratamiento de las AFMN en los distintos institutos de Huesca, ciudad que cuenta con numerosos espacios verdes en los que se podrían llevar a cabo diferentes actividades propias de este bloque.

Para ello, el método que se ha empleado es la realización de una encuesta por los profesores de EF de dichos centros. Concretamente I.E.S Ramón y Cajal, I.E.S Lucas Mallada, I.E.S Sierra de Guara e I.E.S Pirámide.

Tras una introducción teórica acerca del concepto de AFMN y sus características, se llevará a cabo un análisis de los resultados obtenidos de las encuestas. Esto servirá para conocer si los docentes incluyen este bloque de contenidos en sus clases, así como las limitaciones que encuentran para llevarlas a cabo.

### 3.- OBJETIVOS

Son diversos los objetivos que se pretenden conseguir con la realización de este Trabajo de Fin de Grado.

Primeramente, concretar el concepto de las AFMN, ya que posee numerosas definiciones otorgadas por los distintos autores especializados a lo largo de los años. Para ello se tratarán de buscar las características comunes de todas ellas.

Por otro lado, conocer acerca del desarrollo de las AFMN a lo largo de las distintas etapas históricas hasta llegar a su inclusión en el currículo de Educación Física.

Además, reconocer las características propias de estas actividades, destacando los beneficios que éstas aportan a quienes las practican y por qué se considera un bloque tan fructífero para los estudiantes.

Por otro lado, ser conscientes de las limitaciones que se pueden encontrar los profesores a la hora de llevar a cabo las sesiones de AFMN en su programación.

Finalmente, descubrir el trato que recibe el bloque de las AFMN en los distintos centros de secundaria de Huesca por medio de una encuesta.

## 4.- MARCO TEÓRICO

### **Definición**

Hoy en día, la terminología que define las Actividades físicas en el medio natural es muy variada. Con el objetivo de unificar el concepto Lapetra y Guillén (2005) citan distintos autores especializados en este ámbito, tratando de llegar a las características comunes de todas sus definiciones.

De esta manera, mencionan a Bernadet (1991), Dupuis (1990), Laraña (1986), Parlebas (1988), Marchal (1988) y Ewert (1989) entre otros.

Bernadet (1991) señala el objetivo común de estas actividades, “el desplazarse individual o colectivamente hacia un fin más o menos próximo, utilizando o luchando con los elementos constitutivos del entorno físico”

Dupuis (1990) tras realizar un estudio simultáneo de tres modalidades (esquí, vela y kayak) destaca ciertos rasgos comunes:

- El éxito motor del individuo practicante está referido en relación directa con su maestría del aparato inestable que maneja para desplazarse.
- Se persigue la vivencia de una emoción.
- El practicante debe contar con una importante energía exterior que propulse el sistema formado por el cuerpo y el instrumento.
- Las evoluciones del individuo se efectúan en un entorno cambiante.

Conociendo esto, propone como definición: “aquellas que encuentran apoyos en un entorno cambiante (llamado natural) para construir trayectorias con el sistema cuerpo/instrumento”



Laraña (1986) señala la existencia del riesgo inherente de estas actividades como estímulo importante.

Parlebas (1988) destaca el enfrentamiento del participante con el medio, así como de la existencia de la incertidumbre que este medio proporciona.

Marchal (1988) añade que pese a existir dicho enfrentamiento con el entorno, también es cierto que muchas veces el mismo medio sirve al practicante como medio y motor, estableciéndose así momentos de colaboración.

Ewert (1989) las define como “actividades auto-iniciadas que provocan una interacción con el entorno natural, el cual contiene elementos de real o aparente peligro, en las que el resultado, por lo demás incierto, puede ser influenciado por el participante y la circunstancia”

Teniendo en cuenta esto, y a partir de las aportaciones de Casterad, Guillén y Lapetra (2000), las AFMN serían las actividades en las que el participante interacciona en el desplazamiento y adaptación al medio natural, que al ser incierto posee cierto riesgo, por medio de una paradójica relación de colaboración y oposición.

## **Historia**

Para describir la evolución a lo largo de la historia de las AFMN, cabe mencionar el análisis de Pérez, Caballero y Jiménez (2009). En él se describe la relación del ser humano con este tipo de actividades durante cada etapa histórica hasta la actualidad y su asociación con la educación.

Según Funollet (1989), no es hasta el Renacimiento que se puede hablar de AFMN.

Durante la Prehistoria, la relación con la naturaleza era total, pues para sobrevivir necesitaban cazar, pescar y luchar contra depredadores.

Al comienzo de la Edad Media, la vinculación con el medio natural dependía del nivel socioeconómico, los bajos estamentos se encargarían de explotar la tierra y los altos de estudiarla o utilizarla con fines recreativos.

Es al final de la Edad Media, con el Renacimiento, cuando empiezan los cambios.

Durante esta época, el ser humano pasa a convertirse el centro del universo y la AF al aire libre cobra un papel importante al ser el cuerpo objeto de estudio, donde se concluyó que la AF era un medio de recuperar o conservar la salud.

A nivel pedagógico, los humanistas generan un gran cambio al incorporar los ejercicios físicos y los juegos en el sistema educativo del hombre.

El Naturalismo es la corriente que comienza a defender las AFMN con fines educativos. Michel de Montaigne (1533-1592) es el pionero en considerar que la vida al aire libre es beneficiosa en la educación de los jóvenes. Una frase de un ensayo suyo que refleja su planteamiento educativo es: “Y curtidle al aire libre, en medio de los peligros”; refiriéndose a la incertidumbre propia del medio mencionada anteriormente.

Aunque el precursor de las AFMN con fines educativos sería Jean Jacques Rousseau (1712-1778). Afirma que esta educación viene de tres fuentes: de la naturaleza, de los hombres y de las cosas. Sólo con el concurso de todas ellas y en una única dirección puede un individuo resultar bien educado. Puesto que la naturaleza es la única fuente que no podemos controlar, debemos educar en función de ella y siguiendo sus preceptos.

Éstos y más autores influyeron en las posteriores corrientes y Escuelas Gimnásticas.

De la Escuela Francesa, destaca Francisco de Amorós (1770-1848) quien verse obligado a exiliarse en Francia, comienza a desarrollar su método. Se caracterizó por su fin utilitario (preparar a los jóvenes para la vida adulta) con acciones globales para mejorar la condición física y perfeccionar los movimientos naturales. Algunos de estos ejercicios eran la trepa, natación, socorrismo acuático y franquear obstáculos naturales.

En cuanto al *Método Natural* de Hébert, que surge como reacción a la artificiosidad de la gimnasia sueca de la época. Se le da mucha importancia al trabajo en el aire libre, a los ejercicios globales y utilitarios. También remarcar que, debido a la dificultad de realizar diariamente las sesiones de EF en la naturaleza, nace el *trabajo en plateau*; para el cual se habilitaba un espacio, también al aire libre, más accesible y cercano.

Dentro de la Escuela Alemana, emergieron dos corrientes. Por un lado, la de Guts Muths (1759-1859), seguidor de los pensamientos de Rousseau, que aprovechando que su centro estaba situado en el medio natural, incluía ejercicios como la escalada, natación y carrera en el campo.

Contrariamente, L. Jahn (1778-1852) otorgó a su método un carácter más político y militar. Abandonó el uso del medio natural como espacio en favor de locales cerrados urbanos.

Por último, la Gimnasia Natural Austriaca, creada por Gaulhofer (1885-1941) y Streicher (1891-1983) nace en contraposición de los ejercicios de carácter militar, la gimnasia de competición y las condiciones antihigiénicas en las que se

desarrollaba la actividad física de la época (gimnasios poco ventilados, escasa iluminación...). Existe un interés por elevar los ejercicios físicos del plano empírico al científico, de asumir una educación total por medio de los ejercicios físicos y el deseo de ofrecer al niño formas “naturales” de movimiento en íntima relación con el juego y la naturaleza.

Recibe la denominación de “natural” al:

- Establecer la naturaleza como el espacio utilizado (siempre que sea posible).
- Adaptar los ejercicios y estructura de la sesión al desarrollo natural del niño/a.
- Fijar la meta de aproximar lo más posible al niño/ a la naturaleza.
- Desarrollar aquellas actividades naturales: caminar, correr, saltar, trepar, ...

Por tanto, esta forma de entender y llevar a la práctica la educación física devuelve protagonismo a la naturaleza como agente educativo y como espacio de acción para el proceso de enseñanza-aprendizaje.

### **AFMN en España**

De forma paralela, en España, se crea la Institución Libre de Enseñanza (1876). Promulgaban el amor por la naturaleza, la educación de los sentidos, realizaban actividades deportivas al aire libre, paseos y excursiones por el campo, disfrutaban del paisaje de la naturaleza.

Tienen la convicción de que el medio natural, dentro de la escuela, es una necesidad y una ayuda inestimable para el maestro y lo utilizan en todas las materias.

De acuerdo con Miguel, A (2001) La ILE fue la institución española vanguardista en educación y tuvo una espléndida actuación en todas las facetas educativas, incluidas la educación física, la utilización del medio natural, la educación ambiental y la coeducación. Es una pena que, en 1936, debido al estallido de la guerra civil española y el posterior régimen franquista, llevarán al traste esta forma humanista, integral y natural de educación.

Durante la etapa franquista, las AFMN tienen un carácter notablemente político. Las colonias escolares se sustituyeron por las O.J. (Organizaciones Juveniles) y las O.J.E. (Organizaciones de Juventudes Españolas) respectivamente. Su planteamiento se centraba en: educación del espíritu nacional, desarrollo físico, disciplina, formación militar, educación del tiempo libre, regeneracionista, moral e higiénica.

A partir de este momento, aparecen en España movimientos como los scouts y demás grupos juveniles.

En la actualidad las AFMN constituyen el bloque 4 de contenidos del currículo de EF en la ESO.

Recuperado del BOA, ORDEN ECD/489/2016, de 26 de mayo, por la que se aprueba el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón:

***Bloque 4. Acciones motrices en el medio natural. Las acciones básicas de este bloque (con o sin materiales) se efectúan en el entorno natural o similar, que puede presentar diversos niveles de incertidumbre y estar más o menos acondicionado, codificado o balizado. En este bloque se incluyen todas las***

*situaciones con incertidumbre emergente del medio, tanto si el alumnado se enfrenta a ellas solo, en colaboración con otros participantes, o en oposición individual o grupal. Resulta decisiva la codificación de información de las condiciones del entorno para situarse, priorizar la seguridad sobre el riesgo y para regular la intensidad de los esfuerzos en función de las posibilidades personales. El senderismo, la marcha nórdica, las rutas en BTT, las acampadas, las actividades de orientación, los grandes juegos, etc., forman parte, entre otras, de las actividades de este bloque.*

Los objetivos que se pretenden conseguir a lo largo de los distintos cursos de esta etapa:

**-Obj.EF.4.** *Aprender a resolver situaciones motrices y deportivas tanto individuales en entornos estables, como en situaciones de oposición, en situaciones de cooperación y colaboración con o sin oposición y en situaciones de adaptación al entorno con la intensidad y esfuerzo necesario.*

**-Obj.EF.5.** *Realizar actividades físicas en el medio natural o en el entorno próximo, conociendo y valorando el patrimonio cultural de los lugares en los que se desarrollan, participando de su cuidado y conservación e integrando aspectos de seguridad y de prevención de accidentes.*

**-Obj.EF.7.** *Conocer y practicar juegos y actividades deportivas, con diversas formas de interacción y en diferentes contextos de realización, aceptando las limitaciones propias y ajenas, aprendiendo a actuar con seguridad, trabajando en equipo, respetando las reglas, estableciendo relaciones equilibradas con los*

demás y desarrollando actitudes de tolerancia y respeto que promuevan la paz, la interculturalidad y la igualdad entre los sexos.

**-Obj.EF.9.** Conocer las posibilidades que ofrece el entorno próximo para la práctica de actividad física en tiempo de ocio, así como las posibilidades de formación que tiene el alumno en temas relacionados con la actividad física y deportiva a través de federaciones, ciclos formativos y universidad.

Los contenidos a trabajar en este bloque serían:

*Actividades en el medio natural: el senderismo, la marcha nórdica, las rutas en BTT, las acampadas, las actividades de orientación, los grandes juegos en la naturaleza, actividades en la nieve (esquí nórdico, alpino, raquetas (y otras modalidades), la trepa (que puede evolucionar hacia la escalada), etc.*

*Adopción de una motricidad adaptada y específica para ajustarse a un medio variado y, a veces, variable (natural o reproducido) y para manejar instrumentos, vehículos o materiales que produzcan problemas de equilibrio; toma de informaciones y referencias pertinentes para construir un desplazamiento razonado y reflexionado; familiarización con materiales soporte (mapas, etc.); gestión y regulación de la energía con el fin de llegar a buen término una actividad en el medio natural con economía y eficacia; funcionamiento como grupo en una salida en el medio natural; principios de*

*seguridad activa y pasiva; características de las rutas según MIDE; progresión en los espacios de la actividad, etc.*

**Trepa:** tres apoyos, el centro de gravedad pegado a la pared, etc. Espacios de trabajo: escenarios con planos inclinados, espalderas, rocódromos, etc.

**Esquí nórdico:** aprendizajes para actuar del estilo clásico (paso alternativo, paso de subida, paso empuja, posición de bajada y cuña, paso combinado), regulación del esfuerzo en la actividad y aprendizajes para gestionar una práctica autónoma (uso de instalaciones y espacios, seguridad pasiva y activa, autonomía en la gestión del material).

**BTT:** Uso de los cambios de manera autónoma para adaptarse a las particularidades del terreno, acciones específicas para adaptarse a las condiciones de la ruta (retos variados en formato taller como zig-zag, trébol, taller de los lentos, juegos de equilibrio, el limbo, etc.), educación vial, principios de seguridad activa (comportamiento en ruta) y pasiva (cuidado y mantenimiento básico), indumentaria (casco, guantes, gafas, culote, etc.), funcionamientos como grupo en las salidas, etc.

**Orientación:** conocimiento del plano, localización de puntos, orientación del plano, seguimiento de trayectorias, ataque a la baliza, uso de brújula, etc.

**Roles de trabajo:** anotador, participante, cronometrador, asegurador, guía, etc.

**Organización de las actividades:** determinación de límites espaciales y temporales de las actividades/situaciones, anticipación de permisos oportunos, vigilancia de la climatología, preparación de mochilas dependiendo si son salidas cortas o largas, indumentaria apropiada, protocolo de accidentes, préstamo entre alumnado de material, realización previa de la ruta (confeccionar una presentación para informar de la ruta -ir sin ir-, planificación paradas...), etc.

**Proyectos de curso o centro:** Con la bici al instituto o a una actividad. Parques activos. Grupos de medio natural del centro. Preparación y realización de un proyecto de acción en el medio natural (excursiones, acampadas, cicloturismo,



*orientación, esquí nórdico, vías verdes, etc.) de acuerdo con las posibilidades del alumnado, del centro y respetando los principios de seguridad activa y pasiva.*

*Realización de actividades que combinan prácticas físicas (por ejemplo: la orientación y BTT, el Tree-Athlon (carrera de larga duración-BTT-plantar y apadrinar un árbol), el esquí nórdico y alpino, senderismo con raquetas de nieve, la orientación, etc.) y que conlleva la preparación previa de esa tarea (cuadernos de campo, etc.), con una relación explícita con otras áreas para enriquecer el proyecto. Etc*

Los criterios de evaluación varían según el curso:

**-Primero de ESO:**

***Crit.EF.4.1.*** Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos partiendo (de la selección y combinación) de las habilidades motrices básicas.

**-Segundo de ESO:**

***Crit.EF.4.1.*** Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas de las actividades físico-deportivas.

**-Tercero de ESO:**

***Crit.EF.4.1.*** Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.

**Est.EF.4.1.5.** Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación u otras actividades adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.

**-Cuarto de ESO:**

**Crit.EF.4.1.** Resolver situaciones motrices aplicando fundamentos técnicos en las actividades físico-deportivas propuestas buscando un cierto grado de eficacia y precisión.

**Crit.EF.4.3.** Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, en las actividades físico-deportivas propuestas, tomando la decisión más eficaz en función de los objetivos.

**Est.EF.4.1.3.** Adapta las técnicas de progresión o desplazamiento a los cambios del medio, priorizando la seguridad personal y colectiva.

**Est.EF.4.3.5.** Justifica las decisiones tomadas en la práctica de las diferentes actividades, reconociendo los procesos que están implicados en las mismas.

**Est.EF.4.3.6.** Argumenta estrategias o posibles soluciones para resolver problemas motores, valorando las características de cada participante y los factores presentes en el entorno.

### **Características**

Caballero (2012), tras analizar a varios autores, concluye en varias características propias de las AFMN que les otorgan valor educativo. A continuación, se exponen:

*-Tienen lugar en el medio natural, un entorno amplio, no conocido, cambiante y con abundancia de estímulos.*

Se trata de un espacio diferente al que están tan habituados los alumnos como lo podrían estar a su patio o pista en el que suelen realizar las sesiones de EF.

*-Ofrece la posibilidad de interaccionar con la naturaleza, lo que permite conocer, vivenciar y disfrutar del entorno natural, para posteriormente valorarlo y respetarlo.*

Esta interacción aumenta el aspecto interdisciplinar de las AFMN, relacionando la EF con las ciencias naturales.

*-La incertidumbre es una característica inherente a la práctica de cualquier actividad en el espacio natural, y produce sensación de aventura. Junto con la presentación de la actividad en forma de reto promueve una gran dosis de motivación en la mayoría de las personas.*

Es esta sensación de aventura uno de los principales atractivos de la práctica de las AFMN.

*-El riesgo está siempre presente en sus dos dimensiones: riesgo objetivo (posibilidad de tener un accidente), que se minimiza para garantizar la seguridad en la práctica; riesgo subjetivo (sensación de riesgo), que se gestiona a favor del objetivo de la actividad.*

Este riesgo se tiene que evitar y reducir al mínimo. Para ello es primordial la labor del docente en la preparación de las clases y la forma de la interacción con los alumnos.

*-Las actividades físicas que se realizan tienen un carácter deslizante, sobre las diferentes superficies del medio natural, asociado también a los factores de equilibrio y velocidad durante el deslizamiento.*

Son actividades que requieren cierto tipo de desenvoltura a través del medio.

*-La interacción social y con el entorno natural está mediada por la actividad física, es decir, por el cuerpo y el movimiento. La motricidad es el vehículo para relacionarse con otras personas y con la naturaleza.*

Son actividades en las que se favorece la interacción entre los practicantes, siendo el movimiento parte esencial en la misma.

*-Tienen un carácter vivencial. La realización de AFMN ofrece una diversidad de experiencias personales que, ligadas a una reflexión adecuada, confiere un valor especial para el desarrollo personal y social.*

En estas actividades se dan situaciones de superación de retos (trepar una vía, balizas en orientación...), otorgando emociones positivas una vez se superan.

*-Producen intensas sensaciones y emociones, derivadas de la participación y la implicación global (a nivel cognitivo, físico, social y emocional). Se presentan situaciones que requieren aprender a gestionar las emociones.*

Es muy importante saber gestionar estas emociones para reducir riesgos y aumentar el control de los movimientos.

*-Propician una gran interacción social (carácter social) que conlleva la aparición de conflictos reales; desde un enfoque educativo se presentan como una oportunidad para el desarrollo personal y un elemento dinamizador de las relaciones humanas, que permite hacerlas más ricas y versátiles.*

De surgir estos conflictos, se debe aprender de ellos para tratar de evitar discusiones posteriores.

## **Beneficios**

Debido a las características mencionadas anteriormente, las AFMN poseen ciertos beneficios en distintos niveles; el físico, psicológico, social y formativo (Peñarrubia, Guillén y Lapetra, 2016).

En cuanto a nivel físico, como AF, la práctica de estas actividades favorece la mejora de la condición física y el equilibrio personal. Esto se debe a que se suele requerir movimientos globales en los que todo el cuerpo participa.

A nivel psicológico, el emplear un entorno no tan habitual, al aire libre; así como la presentación de retos que superar, supone un aumento del autoestima, confianza y seguridad. A esto se suma la sensación de libertad.

Los beneficios en el grado sociológico irían relacionados con la necesidad de la interacción del practicante con el resto de los compañeros y el medio. De esta manera, nacen situaciones en las que es importante el respeto ante los compañeros, uno mismo y a las normas.

Para acabar, hablando sobre el nivel educativo, Caballero (2012) apunta que *la realización de AFMN van a potenciar un mayor conocimiento de las propias capacidades y limitaciones de cada individuo.*

Además, se convierte también en una herramienta para conocer y aprender acerca del entorno en el que se practican.

## **Limitaciones**

Lamentablemente, para llevar a cabo las sesiones de AFMN se requiere de unos medios o necesidades que no siempre pueden ser proporcionados o satisfechas.

Los factores que limitan el que se puedan realizar este bloque en las clases, se pueden clasificar según su origen (Peñarrubia, Guillén y Lapetra, 2016).

De esta manera podemos encontrar:

### **-Factores propios del centro educativo:**

Dentro de este apartado se puede señalar las instalaciones, los recursos materiales, los recursos económicos y el horario de práctica.

Primeramente, la mayoría de los centros no cuentan con espacios habilitados (tanto natural como adaptado) para llevar a cabo la práctica de ningún contenido del bloque. Bien es cierto que algunos institutos cuentan o bien, con instalaciones propias (por ejemplo, rocódromos) o con espacios próximos en los que poder realizar este tipo de actividades. Aun así, la vivencia de los estudiantes no sería la misma que en un entorno verdaderamente natural.

La necesidad de requerir materiales específicos también dificulta el que se puedan llevar a la práctica estas sesiones, principalmente por el coste que supondría. A esto se suma las tarifas de alquileres tanto de pistas como de material si se optase por contratar servicios externos.

El horario de clase se debe seguir a rajatabla para no interferir en el resto de las asignaturas, por lo que el tiempo de clase en caso de realizar una salida a algún lugar practicable cercano se ve bastante reducido.

### **-Factores propios del profesorado:**

En este apartado se tiene en cuenta tanto el nivel de formación específica del profesor, como el riesgo inherente de estas actividades.

Los contenidos de este bloque se suelen ver reducidos a prácticas de senderismo y orientación a causa de la falta de formación, dejando gran variedad sin enseñar.

Por otra parte, está el miedo del profesor a que ocurran percances y accidentes al realizar AFMN.

### **-Factores propios del alumnado:**

Al ser un entorno poco vivenciado por los alumnos, la falta de experiencia práctica ante los retos que suponen estas actividades dificulta la progresión del aprendizaje e incluso puede llegar a causar rechazo.

Además, las necesidades educativas especiales son un factor limitante importante debido a la necesidad de adaptación de las actividades para que puedan llevarse a cabo.

## **5.- METODOLOGÍA**

El estudio realizado en este trabajo es de carácter descriptivo, ya que el objetivo principal es el de conocer la situación acerca del trato que reciben las AFMN en la asignatura de EF dentro de los distintos centros de Huesca.

El proceso llevado a cabo fue el siguiente.

Primeramente, se contactó vía teléfono con las secretarías de:

-I.E.S. Lucas Mallada

-I.E.S. Sierra de Guara

-I.E.S. Ramón y Cajal

-I.E.S. Pirámide

Después del primer contacto, se solicitó poder hablar con el departamento de EF o el correo electrónico del jefe de ese departamento, si lo primero no era posible en ese momento.

Una vez explicado el objeto del estudio, se enviaba la encuesta a realizar adjuntada a un mensaje de correo electrónico (ANEXO 1).

Entregada la encuesta, el jefe de departamento reenviaba el mensaje al resto de profesores para que la pudiesen contestar.

### **Muestra**

La muestra empleada son todos los profesores de EF pertenecientes a estos centros que recibieron la encuesta y decidieron contestarla.

De esta manera, se obtuvieron nueve respuestas. Cuatro respuestas fueron de los profesores del I.E.S. Sierra de Guara, cuatro de los profesores del I.E.S. Ramón y Cajal y una respuesta de la profesora del I.E.S. Pirámide. Por parte del I.E.S. Lucas Mallada no se logró ninguna respuesta.

### **Encuesta**

Para la realización de la encuesta, se tuvo en consideración la realizada en el estudio de Navarro et al (2015).



A continuación, se describirá la encuesta a rellenar (adjuntada en el ANEXO 2).

Consta de seis secciones.

**-Primera:**

Aquí se incide en los datos personales. Se pregunta por el género, edad, titulación, el nombre del centro en el que ejercen y el número de años que llevan.

**-Segunda:**

Esta sección abarca la dimensión de la formación inicial y permanente. Se pregunta acerca de si los conocimientos que han adquirido a lo largo de su formación son suficientes, si comparten ideas con el resto de los profesores, si asisten a cursos formativos de AFMN y si su experiencia diaria es suficiente para impartir las sesiones de este bloque.

Hay cinco opciones posibles de respuesta, desde nada de acuerdo hasta muy de acuerdo, habiendo una opción neutral.

**-Tercera:**

Aquí se describe la dimensión de contenidos del bloque. Se pregunta si las AFMN forman parte de su programación, por qué no forman parte de su programación (si la respuesta anterior era negativa), y si selecciona realizar las AFMN por su valor pedagógico, en función del material disponible, por la disponibilidad del entorno o porque es lo que dominan. El tipo de respuesta se mantiene de la sección anterior, añadiendo la posibilidad de marcar que las AFMN no están dentro de la programación.

Además, se pregunta qué tipo de AFMN realiza, señalando senderismo, orientación y escalada; pudiendo añadir otra opción.

**-Cuarta:**

En esta sección se pregunta por las barreras percibidas por los docentes y el valor que le dan a cada factor limitante como la seguridad de los estudiantes, la responsabilidad del profesor, el entrenamiento específico del docente, el horario de clase, la necesidad de desplazamiento o la disponibilidad de material.

Se emplea el mismo tipo de respuestas que en la sección anterior.

**-Quinta:**

Aquí se incide en las consideraciones personales de cada encuestado. Se pregunta si supone un esfuerzo extra impartir AFMN, si supone un esfuerzo extra y si se sienten confiados a la hora de impartir los distintos contenidos.

Después se pide seleccionar los contenidos que consideran más fáciles y difíciles.

Para acabar se pregunta si querrían impartir un contenido de AFMN que no estén impartiendo. Si se responde de manera negativa acabaría la encuesta y si se responde de manera afirmativa se pasaría a la última sección.

**-Sexta:**

En esta sección se continúa la pregunta anterior preguntando cuál sería el contenido que añadirían a su programación y cuál es el motivo que les limita hacerlo.

## 6.- RESULTADOS

A continuación, se mostrarán los distintos resultados obtenidos de las respuestas de las encuestas agrupados por secciones.

### **Datos personales**

Tabla 1

VARIABLES		RESPUESTAS	PORCENTAJE (%)
GÉNERO	HOMBRE	6	66,7
	MUJER	3	33,3
EDAD	21-30	0	0
	31-40	1	11,1
	41-50	6	67,7
	más de 51	2	22,2
TITULACIÓN	LICENCIADO	7	78,8
	GRADUADO	0	0
	DOCTOR	2	22,2
AÑOS EJERCENDO	0 a 5	1	11,1
	6 a 14	3	33,3
	más de 15	5	55,6
NOMBRE DEL CENTRO	IES RAMÓN Y CAJAL	4	44,4
	IES SIERRA DE GUARA	4	44,4
	IES PIRÁMIDE	1	11,1
	IES LUCAS MALLADA	0	0

En este apartado se muestran los datos personales de los encuestados. Hay 3 mujeres y 6 hombres. El 89.9% tiene más de 40 años. No habiendo ninguno de entre 21 y 30 años. El 78.8% son Licenciados, siendo el resto Doctores. Solo un encuestado lleva entre 0 y 5 años ejerciendo, frente a cinco encuestados que superan los 15 años.

## Dimensión formación inicial y permanente

Tabla 2

VARIABLES		RESPUESTAS	PORCENTAJE (%)
Los conocimientos adquiridos durante su formación inicial son suficientes para impartir las acciones motrices en el medio natural	Nada de acuerdo	0	0
	En desacuerdo	4	44,4
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	1	11,1
	De acuerdo	3	33,3
	Muy de acuerdo	1	11,1
Intercambia opiniones con compañeros acerca de las acciones motrices en el medio natural	Nada de acuerdo	0	0
	En desacuerdo	0	0
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0	0
	De acuerdo	6	66,7
	Muy de acuerdo	3	33,3
Asiste a cursos, jornadas o seminarios sobre acciones motrices en el medio natural	Nada de acuerdo	1	11,1
	En desacuerdo	0	0
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	1	11,1
	De acuerdo	5	55,6
	Muy de acuerdo	2	22,2
La experiencia diaria es suficiente para impartir las acciones motrices en el medio natural	Nada de acuerdo	0	0
	En desacuerdo	5	55,6
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	4	44,4
	De acuerdo	0	0
	Muy de acuerdo	0	0

Se aprecia como el 44% está en desacuerdo con que su formación inicial es suficiente para impartir AFMN ante otro 44% que está de acuerdo dentro del cual un 11% está muy de acuerdo. El resto mantiene una posición neutral.

Los encuestados aseguran intercambiar opiniones con los compañeros acerca de las AFMN.

En cuanto a los cursos, jornadas o seminarios, el 77% está de acuerdo en asistir, frente a un 11% que está nada de acuerdo. El resto se mantiene imparcial.

El 55% de los encuestados coincide en que la experiencia diaria no es suficiente para impartir AFMN. El resto no está de acuerdo ni en desacuerdo.

## **Dimensión contenidos del área de Educación Física en relación a las actividades físicas en medio natural**

*Tabla 3*

<b>VARIABLES</b>		<b>RESPUESTAS</b>	<b>PORCENTAJE (%)</b>
<b>La enseñanza de las AFMN forma parte de su programación de aula</b>	SI	8	88,9
	NO	1	11,1
<b>Por qué no forman parte de su programación</b>	Si forman parte de su programación	8	88,9
	Por la peligrosidad que entrañan	1	11,1
<b>Selecciona las actividades físicas en el medio natural por su valor pedagógico</b>	No forman parte de su programación	0	0
	Nada de acuerdo	0	0
	En desacuerdo	0	0
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0	0
	De acuerdo	2	22,2
	Muy de acuerdo	7	77,8
<b>Selecciona las actividades físicas en el medio natural en función del material disponible</b>	No forman parte de su programación	0	0
	Nada de acuerdo	0	0
	En desacuerdo	0	0
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	4	44,4
	De acuerdo	4	44,4
<b>Selecciona las actividades físicas en el medio natural por la proximidad del entorno</b>	Muy de acuerdo	1	11,1
	No forman parte de su programación	0	0
	Nada de acuerdo	0	0
	En desacuerdo	0	0
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	2	22,2
	De acuerdo	5	55,6
<b>Selecciona las actividades físicas en el medio natural porque es lo que domina</b>	Muy de acuerdo	2	22,2
	No forman parte de su programación	0	0
	Nada de acuerdo	0	0
	En desacuerdo	3	33,3
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	4	44,4
	De acuerdo	1	11,1
<b>Selecciona las actividades físicas en el medio natural porque es lo que domina</b>	Muy de acuerdo	1	11,1

El 88% de los encuestados incluye en su programación las AFMN. El motivo principal por el que el 11% restante no elige incluirlas es por la peligrosidad que entrañan.

Aún así, todos coinciden en el valor pedagógico que tienen, estando el 77% muy de acuerdo.

La disponibilidad de material es algo que tiene en cuenta un 55%, mientras que el resto mantiene una postura neutral.

El 77% tiene en consideración la proximidad del entorno a la hora de realizar las sesiones de AFMN. El resto se muestra imparcial.

El 22% elige realizar sesiones de AFMN porque es lo que domina frente a un 33% que está en desacuerdo con ese hecho. El resto no está ni de acuerdo ni en desacuerdo.

*Tabla 4*

<b>Los tipos de actividades motrices en el medio natural que realiza son</b>	SENDERISMO	4	44,4
	ORIENTACIÓN	9	100
	ESCALADA/RAPEL	5	55,6
	ESQUÍ	4	44,4
	BTT	4	44,4
	ACAMPADA	1	11,1
	BARRANQUISMO	1	11,1

Se aprecia como la orientación es una actividad que todos incluyen en su programación, seguido por la escalada y el rápel siendo incluidos por un 55% de los encuestados.

El esquí, el senderismo y la BTT son están en la programación del 44% de los profesores.

El barranquismo y las acampadas solamente las incluyen un 11%.

## **Barreras**

Tabla 5

<b>VARIABLES</b>		<b>RESPUESTAS</b>	<b>PORCENTAJE (%)</b>
<b>Considero que la seguridad de los estudiantes en las de actividades físicas en el medio natural es algo que me preocupa y condiciona a la hora de impartir dichos contenidos</b>	No forman parte de su programación	0	0
	Nada de acuerdo	0	0
	En desacuerdo	0	0
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0	0
	De acuerdo	4	44,4
	Muy de acuerdo	5	55,6
<b>Considero que la responsabilidad del docente en las actividades físicas en el medio natural es algo que me preocupa y condiciona a la hora de impartir dichos contenidos</b>	No forman parte de su programación	0	0
	Nada de acuerdo	0	0
	En desacuerdo	0	0
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	1	11,1
	De acuerdo	4	44,4
	Muy de acuerdo	4	44,4
<b>Considero que el entrenamiento específico del profesor en las actividades físicas en el medio natural es algo que me preocupa y condiciona a la hora de impartir dichos contenidos</b>	No forman parte de su programación	0	0
	Nada de acuerdo	0	0
	En desacuerdo	1	11,1
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	1	11,1
	De acuerdo	5	55,6
	Muy de acuerdo	2	22,2
<b>Considero que el horario de clase en las actividades físicas en el medio natural es algo que me preocupa y condiciona a la hora de impartir dichos contenidos</b>	No forman parte de su programación	0	0
	Nada de acuerdo	0	0
	En desacuerdo	0	0
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	1	11,1
	De acuerdo	6	66,7
	Muy de acuerdo	2	22,2
<b>Considero que la necesidad de desplazamiento en las actividades físicas en el medio natural es algo que me preocupa y condiciona a la hora de impartir dichos contenidos</b>	No forman parte de su programación	0	0
	Nada de acuerdo	0	0
	En desacuerdo	0	0
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	2	22,2
	De acuerdo	4	44,4
	Muy de acuerdo	3	33,3
<b>Considero que el material a utilizar en las actividades físicas en el medio natural es algo que me preocupa y condiciona a la hora de impartir dichos contenidos</b>	No forman parte de su programación	0	0
	Nada de acuerdo	0	0
	En desacuerdo	0	0
	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0	0
	De acuerdo	6	66,7
	Muy de acuerdo	3	33,3

El total de encuestados coincide en que la seguridad de los estudiantes les condiciona y la tienen en cuenta al hora de impartir las sesiones de AFMN.

El 88% considera que la responsabilidad del docente es algo que les preocupa y condiciona a la hora de impartir las sesiones. El resto no está de acuerdo ni en desacuerdo.

El entrenamiento específico del profesor es algo que tiene en cuenta un 77% de los encuestados. 11% se muestra en desacuerdo y el otro 11% se muestra neutral.

88% de los encuestados se ve condicionado por el horario de clase a la hora de realizar AFMN con sus alumnos. El resto no está de acuerdo ni en desacuerdo.

La necesidad de desplazamiento afecta al 77% de los profesores encuestados, mientras que el 22% restante se muestra imparcial.

En cuanto al material que se necesita para impartir sus clases, la totalidad de los encuestados coincide en que es un factor a tener en cuenta a la hora de preparar las sesiones de AFMN.

### **Consideraciones personales**

*Tabla 6*

VARIABLES		RESPUESTAS	PORCENTAJE (%)
Considera conveniente introducir las actividades en el medio natural en sus clases	NO	0	0
	SI	8	88,8
Considera que supone un esfuerzo extra para los profesores impartir los contenidos de acciones motrices en el medio	NO	2	22,2
	SI	7	77,7
Se siente confiado a la hora de impartir los contenidos de acciones motrices en el medio natural	NO	0	0
	SI	8	88,8

El 88% considera conveniente introducir las AFMN en sus clases. En esta pregunta de la encuesta no se registró una de las respuestas porque no se respondió.

Un 77% de los encuestados piensa que supone un esfuerzo extra para los profesores impartir AFMN, ante la negativa del resto.

El 88% se siente confiado cuando tiene que impartir los contenidos de AFMN.

En esta pregunta de la encuesta no se registró una de las respuestas porque no se respondió.



Tabla 7

VARIABLES		RESPUESTAS	PORCENTAJE (%)
Señala los contenidos de acciones motrices en el medio natural que le parecen más sencillos de trabajar	SENDERISMO	5	55,6
	ORIENTACIÓN	7	77,8
	ESCALADA	1	11,1
	ESQUÍ	1	11,1
Señala los contenidos de acciones motrices en el medio natural que te parecen más difíciles de trabajar	SENDERISMO	0	0
	ORIENTACIÓN	0	0
	ESCALADA	8	88,8
	BTT	1	11,1
	ACTIVIDADES ACUÁTICAS	1	11,1

El 77% de los encuestados coincide en que la orientación les parece sencilla de trabajar en clase, seguido por el senderismo con un 55%. Para un 11% la escalada resulta sencilla. El esquí también lo es para otro 11%.

El 88% piensa que la escalada les resulta difícil de trabajar. Para un 11% la BTT también lo es. Igual que para otro 11% las actividades acuáticas.

Tabla 8

VARIABLES		RESPUESTAS	PORCENTAJE (%)
¿Hay algún contenido de acciones motrices en el medio natural que no esté impartiendo y que le gustaría poder impartir?	NO	1	11,1
	SI	8	88,8

Hay un 88% de los encuestados que les gustaría incluir un contenido de AFMN en su programación que no está impartiendo en este momento, frente a un 11% que está conforme con su programación actual.

Tabla 9

¿Cuál sería?	¿Cuáles son los motivos que le limitan?
Escalada, senderismo	Falta de tiempo, material, formación
Acampadas de fin de semana, por ejemplo	Este año en particular, nuestra situación actual con COVID-19
Actividades náuticas en el mar	Ausencia de mar
Barrancos, esquí de travesía	Material, distancia y responsabilidad
Senderismo en montaña	Tiempos, dinero y peticiones
Actividades náuticas	El elevado presupuesto
Barranquismo	Los expuestos anteriormente, material, precio, responsabilidad, disponibilidad de horarios, peligrosidad..
Salida de barrancos	Logística

En esta tabla observamos las respuestas de cada encuestado acerca del contenido que les gustaría incluir en su programación que no incluye actualmente, junto con los motivos que le impiden hacerlo.

Así vemos como un encuestado incluiría escalada y senderismo de no ser por la falta de tiempo, material y formación.

Otro encuestado organizaría acampadas de fin de semana, pero este año no le va a ser posible debido al COVID-19.

Un encuestado incluiría actividades náuticas en el mar si éste fuera más accesible.

Barrancos y esquí de travesía serían incluidos por un encuestado si no fuese por la falta de material, la distancia necesaria para practicar y la gran responsabilidad que supondría.

Otro encuestado no puede incluir el senderismo de montaña debido a los tiempos, el dinero y las peticiones que tendría que hacer para realizarlo.

De no ser por el alto presupuesto que supone, un encuestado incluiría las actividades náuticas en su programación.

Por último, dos encuestados realizarían barranquismo en sus clases, pero a uno le limita la logística; mientras que, al otro, varios factores como el material, precio, responsabilidad, disponibilidad de horarios y peligrosidad entre otros.

## 7.- DISCUSIÓN

Analizados los resultados, se van a comparar con otros estudios y bibliografía relacionado con la materia que nos ocupa.

En primer lugar, se puede destacar que el 88% de los encuestados supera los 40 años, lo que contrarresta con el estudio de Navarro et al. (2015), en el que la gran parte de la muestra era menor de esa edad. Esto sin duda, se relaciona directamente con los años que llevan ejerciendo, por lo que su experiencia es mayor.

Siguiendo la comparación con el estudio de Navarro, los encuestados creen en mayor medida que su formación inicial es suficiente para impartir sesiones de AFMN, aunque la opinión sigue estando dividida.

La totalidad de los encuestados coincide en la importancia de intercambiar opiniones acerca de las AFMN con el resto de los profesores, lo que coincide con Viciano (1998), que afirma que el intercambio de experiencias con otros compañeros es el medio más utilizado para contribuir a su formación permanente.

El 77% asiste a jornadas, seminarios y cursos para seguir formándose en AFMN. En el estudio realizado por Arufe et al. (2012), se obtuvo un resultado en el que la mayoría había realizado formación complementaria.

El 11% no incluye las AFMN dentro de su programación. El motivo expuesto es la peligrosidad que conlleva la práctica de estas actividades, una de las barreras principales para introducirlas en el ámbito escolar. (Escarvajal y Baena, 2016)

Pese a eso, todos reconocen su valor pedagógico y los beneficios que aportan las AFMN.

El material es algo importante para tener en cuenta a la hora de preparar las sesiones para el 55% de los encuestados, por lo que para el 45% restante no supone un gran problema. Esto puede ser debido a la capacidad de adaptación de los profesores, que pueden acercarse a la práctica real como en el caso de Extremera y Granero (2009) en el que se crean circuitos a partir de material disponible en el gimnasio del centro que simulan la espeleología o si el propio centro dispone de los medios para su práctica como un rocódromo (Beas y Blanes, 2010).

Solo 22% incluye las AFMN porque es lo que domina, lo que contrasta con Castejón et al. (2001), que afirma que la programación del profesorado se ve influenciada según el grado de dominio que posea el profesor en los distintos contenidos a impartir.

La orientación y senderismo son muy comunes, debido a que son los contenidos que se perciben más sencillos de impartir, como apuntaba Peñarrubia, Guillén y Lapetra (2016). También es común la BTT y la escalada, que son cada vez más accesibles.

La seguridad de los alumnos es primordial para la totalidad de los encuestados, ya que antes de emprender alguna actividad que suponga cierto riesgo, se debe conocer lo que el alumno es capaz o no de hacer (Miguel, 2006).

Pese a no estar tan de acuerdo a la hora de seleccionar las actividades a realizar, es cierto que la necesidad de desplazamiento y el material disponible si que es

un condicionante e impiden realizar las sesiones con la libertad que los profesores querrían.

El 77% de la muestra afirma que supone un esfuerzo extra para el profesorado el impartir los contenidos de AFMN, pese a esto todos coinciden en que es conveniente introducir este bloque en su programación. (Caballero, 2012)

## 8.- CONCLUSIONES

Tras haber considerado los resultados, éstos se van a relacionar con los objetivos que se plantearon al principio del trabajo.

En primer lugar, no existe una definición concreta, pero conociendo ciertos rasgos comunes de las diferentes definiciones halladas, se podría decir las AFMN serían las actividades en las que el participante interacciona en el desplazamiento y adaptación al medio natural, que al ser incierto posee cierto riesgo, por medio de una paradójica relación de colaboración y oposición.

Continuando con los objetivos, en relación con la historia, se podría decir que no es hasta el Renacimiento cuando se empieza a originar el concepto de AFMN. Esto es gracias a personalidades como Rousseau, que influiría en gran medida en los precursores de las Escuelas Gimnásticas, que, a su vez, preceden a la Educación Física que conocemos hoy en día.

En cuanto a las barreras que presenta el realizar el bloque de AFMN en clase de EF, el mantenimiento de la seguridad de los alumnos, la responsabilidad, el entrenamiento específico del profesor, la necesidad de desplazamiento, de

mantener el horario académico y de material específico, son los factores principales que más preocupan al profesorado.

Pese a esto, todos coinciden en que las AFMN aportan grandes beneficios en varios niveles: el físico, psicológico, social y formativo.

## 9.- LIMITACIONES DEL ESTUDIO

En este apartado se señalan las limitaciones que se han tenido durante la realización del estudio y se plantean posibles soluciones o mejoras para futuros proyectos.

Primeramente, hubiese sido preferible haber obtenido las respuestas de todos los profesores que integran el departamento de EF de los cuatro centros. Esto permitiría conocer más ampliamente la visión de los docentes acerca de las AFMN y su aplicación en clase.

Bien es cierto que la situación actual debido al COVID-19 ha limitado en parte que esto fuese posible, ya que hubiese sido más fácil el entregar personalmente las encuestas en mano para asegurar la obtención de respuestas, así como de explicar a cada encuestado el objeto de estudio y resolver posibles dudas durante la realización de la encuesta.

Aunque, por otro lado, el uso de Internet para entregar las encuestas ha sido beneficioso a la hora de agrupar los resultados y poder realizar las estadísticas de manera más rápida.

A la hora de crear la encuesta, debería haber puesto la opción de respuesta obligatoria para no recibir respuestas en blanco. Esto ha ocurrido un par de ocasiones, pero leyendo el resto de las respuestas contestadas se podía intuir lo que se hubiese respondido.

En cuanto a posibles ampliaciones del estudio, se podrían vivenciar algunas de las sesiones del bloque de AFMN tomando el rol de observador, para ampliar los puntos de vista posibles.

También resultaría interesante hacer una comparativa con varios centros de Zaragoza y Teruel, con el fin de visualizar el trato de las AFMN en las ciudades de Aragón; o incluso con distintos municipios de la provincia, para observar la diferencia entre centros de entornos urbanos y rurales.

## 10.- VALORACIÓN PERSONAL

Habiendo terminado el trabajo, en este apartado se añade mi valoración personal acerca del proceso de realización de este, así como de las AFMN a lo largo de mi etapa como estudiante y, en ocasiones, practicante aficionado.

El tema elegido me resultó interesante en un principio debido a la interacción con los profesores, ya que mi intención es convertirme en uno en el futuro.

En cuanto al bloque de AFMN, se podría decir que hasta entrar en el grado de CCAFD no había ahondado mucho en este tema. Solamente a través de actividades organizadas con familiares y amigos con una finalidad de ocio. Mayoritariamente escapadas de senderismo, excursiones a caballo y en menor medida actividades como rafting o arborismo.

Durante mi etapa en la ESO, no recuerdo haber llegado a realizar sesiones de AFMN durante mis clases de EF. Desconocía que este tipo de actividades formaban parte del currículo. Sabiéndolo ahora, puedo llegar a entender que el profesor no las introdujese debido a la falta de materiales y la necesidad de desplazamiento para practicarlas, ya que mi instituto se encontraba en una parte muy urbanizada de Zaragoza.

Lo más próximo a las AFMN que realicé, fue durante una excursión organizada principalmente para la asignatura de biología y geología. En ella, teníamos que pasar por ciertas balizas señaladas en un mapa en las que había datos de ciertas rocas y minerales.

Esto muestra el carácter interdisciplinar propio de las AFMN, juntando la orientación con la geología en este caso.

A lo largo del grado he tenido la suerte de contar con los medios, la posibilidad de transporte y la capacidad del profesorado para poder aprender de unas sesiones bien desarrolladas de AFMN, sobre todo este último año con escalada y snowboard. También estaba previsto el realizar esquí alpino, pero la situación del COVID-19 no permitió disfrutar de esas sesiones.

Al haber disfrutado tanto con el snowboard, tenía ganas de aprovechar al máximo y aprender todo lo posible de las clases de esquí, y, al verse truncada la posibilidad, tengo claro que me formaré con profundidad en ese campo.

De esta manera también aprovecharía para aprender otras AFMN con el objetivo de alcanzar cierto nivel de habilidad y desenvoltura para ser capaz de poder enseñarlas a mis alumnos.



## 11.- BIBLIOGRAFÍA

- Arufe, V., Calvelo, L., González, E. y López, C. (2012). Salidas a la naturaleza y profesorado de Educación Primaria. Un estudio descriptivo. *EmasF: Revista Digital de Educación Física*, 19, pp. 1- 9
- Beas, M. & Blanes, M. (2010). Posibilidades pedagógicas de la escalada en rocódromo. *Espiral. Cuadernos del Profesorado*, 3(5), pp. 59-62.
- Caballero Blanco, P. (2012) Potencial educativo de las actividades físicas en el medio natural: actividades de cooperación simple. *EmásF. Revista Digital de educación física*, 19, pp. 99-114
- Castejón, F. J.; Cargo, Gamarra, A.; Hernando, A.; López, I.; Nieto, V.; Rol, M.; Ruiz, A. Sánchez De La Rosa, A. M. y De La Torre, A. B. (2001). La evaluación de la programación del profesor y la influencia de su pensamiento en el diseño de la misma. *Revista educación física. Renovar la teoría y la práctica*, 81, pp. 5-12
- Escaravajal Rodríguez, Juan Carlos y Extremera, Antonio. (2016). La espeleología en el centro escolar, una propuesta en el área de la Educación Física. *Ágora para la Educación Física y el deporte*, 18, pp. 323-341.
- Extremera, Antonio & Granero Gallegos, Antonio. (2009). Deportes de aventura "indoor": enseñanza de la espeleología en los institutos de educación secundaria. *Tándem. Didáctica de la Educación Física*, 30, pp. 47-60.
- Funollet, F. (1989). Las actividades en la naturaleza. Orígenes y perspectivas de futuro. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 18, pp. 4-10

- Guillén, R.; Lapetra, S., 2005. *La motricidad de las actividades físico-deportivas en la naturaleza. La función recreativa de su práctica en la sociedad contemporánea. Apunts*, 2(80), pp.53-62.
- Guillén, R.; Lapetra, S. y Casterad, J. (2000). Un poco de historia. En: Guillén, R.; Lapetra, S. y Casterad, J, *Actividades en la Naturaleza* (pp. 15-26) Barcelona, España: Inde.
- Miguel, A. (2003). El aula naturaleza en la educación física escolar en la etapa de educación primaria. En A. Miguel (Coord.) *Cuadernos técnicos nº 7: actividades físicas en el medio natural en la educación física escolar* (pp. 21-47). Palencia, España: Patronato Municipal de Deportes.
- Miguel, A. (2001) Hacia el concepto de actividad física en el medio natural. En: Miguel, A. *Actividades físicas en el medio natural en la educación física escolar*. (pp. 15-52). Palencia, España: Patronato Municipal de Deportes.
- Miguel, A. (2006) La formación en las actividades físicas en el medio natural. *Revista de ciencias del ejercicio y de la salud*, 4(1), pp. 61-70.
- Navarro Patón, R., Arufe Giraldez, V., & Sancosmed Santaballa, E. (2015). Las actividades en el medio natural en la educación física escolar. Formación y actitud del profesorado de Educación Primaria (The nature activities in physical education. Formation and attitude of teachers in Elementary School). *Retos*, (27), pp. 122-126.  
<https://doi.org/10.47197/retos.v0i27.34361>
- Peñarrubia, C. Guillén, R. Lapetra, S. (2016) Actividades en el medio natural en Educación Física, ¿teoría o práctica? *Cultura, Ciencia y Deporte*, 11(31), pp. 27-36.

Viciano, J. (1998). Procedimiento de una investigación-acción colaborativo entre docentes de secundaria en servicio de educación física y la universidad de Granada. *Lecturas: educación física y deportes. Revista digital*. Año 3. N° 12. Buenos Aires. Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd12/jesusv.htm>

## 12.- ANEXOS

### Carta de presentación



Estimados docentes:

A través de esta carta queremos pedirles su colaboración en una investigación que estoy llevando a cabo con motivo de mi Trabajo Final de Grado, en los estudios de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, de la Universidad de Zaragoza.

El presente trabajo consiste en la recogida de datos para ver cómo se desarrollan las actividades en el medio natural en los distintos centros de secundaria de Huesca.

La participación en el trabajo es completamente voluntaria y anónima, y se realizará cumplimentado el cuestionario digital, cuyo enlace adjunto a continuación:

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSf-g-mJJha2U\\_oRPOx3Nv-MM5bt-9ovhVQIL-xkcCeU\\_S8QNw/viewform?usp=sf\\_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSf-g-mJJha2U_oRPOx3Nv-MM5bt-9ovhVQIL-xkcCeU_S8QNw/viewform?usp=sf_link)

Agradeceríamos su participación en el estudio.

Muchas gracias de antemano.

*Sergio Márquez Ferrer*

## **Encuesta**

### **Acciones motrices en el medio natural.**

Mi nombre es Sergio Márquez y soy alumno de CCAFD. Para el desarrollo de mi Trabajo de Fin de Grado estoy recogiendo datos acerca de cómo se desarrollan las actividades en el medio natural en los distintos centros de secundaria de Huesca. Para ello envió este formulario totalmente anónimo a los profesores de Educación Física con el objetivo de recoger dicha información. Gracias por participar.

#### **1. Género**

Marca solo un óvalo.

Mujer

Hombre

#### **2. Edad**

Marca solo un óvalo.

21-30

31-40

41-50

+51

### **3. Titulación**

Marca solo un óvalo.

Licenciado

Graduada/o

Otro:

### **4. Años ejerciendo**

Marca solo un óvalo.

0-5

6-14

+15

### **5. Nombre del centro:**

Dimensión formación inicial y permanente

### **6. Los conocimientos adquiridos durante su formación inicial son suficientes para impartir las acciones motrices en el medio natural**

Marca solo un óvalo.

Nada de acuerdo

En desacuerdo

Ni de acuerdo ni en desacuerdo

De acuerdo

Muy de acuerdo

**7. Intercambia opiniones con compañeros acerca de las acciones motrices en el medio natural**

Marca solo un óvalo.

Nada de acuerdo

En desacuerdo

Ni de acuerdo ni en desacuerdo

De acuerdo

Muy de acuerdo

**8. Asiste a cursos, jornadas o seminarios sobre acciones motrices en el medio natural**

Marca solo un óvalo.

Nada de acuerdo

En desacuerdo

Ni de acuerdo ni en desacuerdo

De acuerdo

Muy de acuerdo

**9. La experiencia diaria es suficiente para impartir las acciones motrices en el medio natural**

Marca solo un óvalo.

Nada de acuerdo

En desacuerdo

Ni de acuerdo ni en desacuerdo

De acuerdo

Muy de acuerdo

Dimensión contenidos del área de Educación Física en relación a las actividades físicas en medio natural

**10. La enseñanza de las actividades físicas en el medio natural forma parte de su programación de aula**

Marca solo un óvalo.

Si

No

**11. Por qué no forman parte de su programación**

Marca solo un óvalo.



Si forman parte de su programación

Por la peligrosidad que entrañan

Porque no dispone de material necesario

Porque no tiene preparación suficiente

Por falta de confianza en el alumnado

Por exceso de dificultad técnica a la hora de llevarlas a cabo

Otro:

**12. Selecciona las actividades físicas en el medio natural por su valor pedagógico**

Marca solo un óvalo.

No forman parte de su programación

Nada de acuerdo

En desacuerdo

Ni de acuerdo ni en desacuerdo

De acuerdo

Muy de acuerdo

**13. Selecciona las actividades físicas en el medio natural en función del material disponible**

Marca solo un óvalo.

No forman parte de su programación

Nada de acuerdo

En desacuerdo

Ni de acuerdo ni en desacuerdo

De acuerdo

Muy de acuerdo

**14. Selecciona las actividades físicas en el medio natural por la proximidad del entorno**

Marca solo un óvalo.

No forman parte de su programación

Nada de acuerdo

En desacuerdo

Ni de acuerdo ni en desacuerdo

De acuerdo

Muy de acuerdo

**15. Selecciona las actividades físicas en el medio natural porque es lo que domina**

Marca solo un óvalo.

No forman parte de su programación

Nada de acuerdo

En desacuerdo

Ni de acuerdo ni en desacuerdo

De acuerdo

Muy de acuerdo

**16. Los tipos de actividades motrices en el medio natural que realiza son**

No forman parte de su programación

Senderismo

Orientación

Escalada

Otro:

Barreras

**17. Considero que la seguridad de los estudiantes en las de actividades físicas en el medio natural es algo que me preocupa y condiciona a la hora de impartir dichos contenidos**

Marca solo un óvalo.

No forman parte de su programación

Nada de acuerdo

En desacuerdo

Ni de acuerdo ni en desacuerdo

De acuerdo

Muy de acuerdo

**18. Considero que la responsabilidad del docente en las actividades físicas en el medio natural es algo que me preocupa y condiciona a la hora de impartir dichos contenidos**

Marca solo un óvalo.

No forman parte de su programación

Nada de acuerdo

En desacuerdo

Ni de acuerdo ni en desacuerdo

De acuerdo

Muy de acuerdo

**19. Considero que el entrenamiento específico del profesor en las actividades físicas en el medio natural es algo que me preocupa y condiciona a la hora de impartir dichos contenidos**

Marca solo un óvalo.

No forman parte de su programación

Nada de acuerdo

En desacuerdo

Ni de acuerdo ni en desacuerdo

De acuerdo

Muy de acuerdo

**20. Considero que el horario de clase en las actividades físicas en el medio natural es algo que me preocupa y condiciona a la hora de impartir dichos contenidos**

Marca solo un óvalo.

No forman parte de su programación

Nada de acuerdo

En desacuerdo

Ni de acuerdo ni en desacuerdo

De acuerdo

Muy de acuerdo

**21. Considero que la necesidad de desplazamiento en las actividades físicas en el medio natural es algo que me preocupa y condiciona a la hora de impartir dichos contenidos**

Marca solo un óvalo.

No forman parte de su programación

Nada de acuerdo

En desacuerdo

Ni de acuerdo ni en desacuerdo

De acuerdo

Muy de acuerdo

**22. Considero que el material a utilizar en las actividades físicas en el medio natural es algo que me preocupa y condiciona a la hora de impartir dichos contenidos**

Marca solo un óvalo.

No forman parte de su programación

Nada de acuerdo

En desacuerdo

Ni de acuerdo ni en desacuerdo

De acuerdo

Muy de acuerdo

Consideraciones personales

**23. Considera conveniente introducir las actividades en el medio natural en sus clases**

Marca solo un óvalo.

Si

No

**24. Considera que supone un esfuerzo extra para los profesores impartir los contenidos de acciones motrices en el medio natural**

Marca solo un óvalo.

Si

No

**25. Se siente confiado a la hora de impartir los contenidos de acciones motrices en el medio natural**

Marca solo un óvalo.

Si

No

**26. Señala los contenidos de acciones motrices en el medio natural que le parecen más sencillos de trabajar**

Selecciona todos los que correspondan.

Senderismo

Orientación

Escalada

Otro:

**27. Señala los contenidos de acciones motrices en el medio natural que te parecen más difíciles de trabajar**

Selecciona todos los que correspondan.

Senderismo

Orientación

Escalada

Otro:

**28. ¿Hay algún contenido de acciones motrices en el medio natural que no esté impartiendo y que le gustaría poder impartir?**

Marca solo un óvalo.

Si      Salta a la pregunta 29

No

**29. ¿Cuál sería?**



**30. ¿Cuáles son los motivos que le limitan?**